



УПРАВЛЕНИЕ ПО РАЗВИТИЮ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ЕКАТЕРИНБУРГА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ДЕТСКО - ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ПО ТХЭКВОНДО

620050, г. Екатеринбург, ул. Билимбаевская, 28, тел./факс (343) 322-93-73, e-mail: dyussh-ekb@yandex.ru
ИНН – 6659041899, КПП – 665901001, ОГРН- 1026602961120, ОКПО- 46666075



УТВЕРЖДЕНО
директор МБОУ ДО
ДЮСШ по тхэквондо
И. М. Горюнов

Система оценивания, применяемая при проведении индивидуального отбора поступающих

Вступительные испытания проходят в форме тестирования.

Всего 6 тестов.

Каждый тест оценивается от 1 до 5 баллов.

Минимальный балл прохождения на дополнительную предпрофессиональную программу по тхэквондо (ВТФ) для этапа начальной подготовки – 6 баллов, для тренировочного этапа – 10 баллов.

При условии, что поступающий имеет пояс, решение о его зачислении на определённый год обучения принимает приёмная комиссия.

1. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа

Таблица 1

Оц. в баллах	10-11лет		12-13лет		14-15лет		16-17лет	
	м	д	м	д	м	д	м	д
5	10	5	12	7	14	9	16	11
4	8	4	10	6	12	8	14	10
3	6	3	8	5	10	7	12	9
2	4	2	6	4	8	6	10	8
1	менее 4 раз	менее 2 раз	менее 6 раз	менее 4 раз	менее 8 раз	менее 6 раз	менее 10 раз	менее 8 раз

2. Поднимание туловища из положения лежа

Таблица 2

Оц. в баллах	10-11лет		12-13лет		14-15лет		16-17лет	
	м	д	м	д	м	д	м	д
5	16	14	18	16	20	18	25	23
4	14	12	16	14	18	16	23	20
3	12	10	14	12	16	14	21	18
2	10	8	12	10	14	12	19	16
1	менее 9 раз	менее 7 раз	менее 11 раз	менее 9 раз	менее 13 раз	менее 11 раз	менее 18 раз	менее 15 раз

3. Прыжок в длину с места

Таблица 3

Оц. в баллах	10-11 лет		12-13 лет		14-15 лет		16-17 лет	
	м	д	м	д	м	д	м	д
5	160	150	165	160	170	165	175	170
4	155	145	160	155	165	160	170	165
3	150	140	155	150	160	155	165	160
2	145	135	150	145	155	150	160	155
1	менее 145 см	менее 135 см	менее 150 см	менее 145 см	менее 155 см	менее 150 см	менее 160 см	менее 155 см

4. Челночный бег

Таблица 4

Оц. в баллах	10-11 лет		12-13 лет		14-15 лет		16-17 лет	
	м	д	м	д	м	д	м	д
5	8,80с и меньше	9,40 с и меньше	8,60с и меньше	9с и меньше	8,40с и меньше	8,60с и меньше	8,20с и меньше	8,40с и меньше
4	9,10с	9,80с	8,90с	9,30с	8,70с	8,90с	8,40с	8,70с
3	9,70с	10,40с	9,30с	9,60с	8,90с	9,30с	8,60с	8,90с
2	10с	10,80с	9,60с	10с	9с	9,60с	8,90с	9с
1	10,50с и больше	11,30с и больше	10,20с и больше	10,50с и больше	10с и больше	10,20с и больше	9с и больше	10с и больше

5. Непрерывный бег в свободном темпе 10 минут

5 баллов – 10 минут

4 балла – 9 минут

3 балла - 8 минут

2 балла – 7 минут

1 балл – 6 минут

6. Шпагат (поперечный).

5 баллов - расстояние до пола отсутствует, ноги в коленях прямые.

Свободное, правильное исполнение, не напряженное состояние;

4 балла - расстояние до пола менее 5 см, ноги в коленях прямые, правильное исполнение (корпус и ноги в одной плоскости);

3 балла - расстояние до пола менее 10 см., расстояние до пола менее 5 см, но ноги в коленях согнуты или корпус и ноги не лежат в одной плоскости;

2 балла - расстояние до пола 10 - 20 см;

1 балл - расстояние до пола 21 - 50 см.